

すこやか

吉田小学校保健室
第 11 号
2026.1.13



ちゅう い

インフルエンザ B に注意！

3連休明け、熱やかぜの症状での欠席が増えています。2学期はインフルエンザ A が流行し、学級へいさをしたクラスもありました。3学期が始まり 1週間が経とうとしていますが、インフルエンザ A に続き、インフルエンザ B も出始めています。すでにインフルエンザ A にかかった人も、B にもかかることがあります。しっかり予防をして、自分で自分の健康を守りましょう！

もう一度確認！

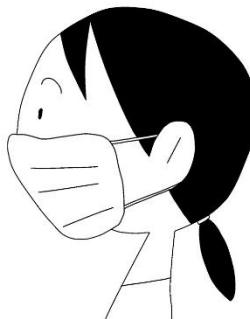
感染症予防



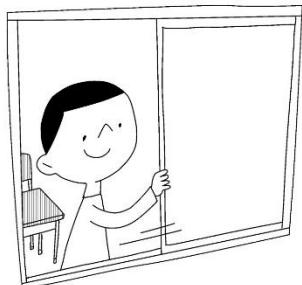
うがいをする



こまめに手を洗う



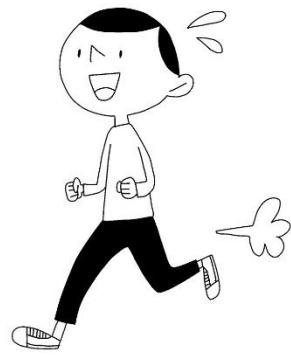
マスクを着用する



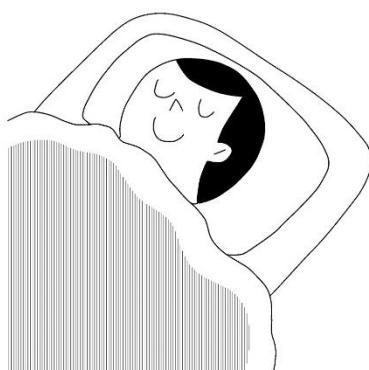
こまめにかん気をする



栄養バランスのよい食事



まいにちうんどう 毎日運動をする



しっかりすいみんをとる



かしつをする

マスクは給食でも毎日使うので、必ず持ってきてましょう。落としたり、よごしたりすることもあるので、ランドセルの中に予備も入れておきましょう。